

Samossas pomme de terre poireau et sirop d'érable

Pour 2 personnes :

- le vert de 3 poireaux
- 100g de pois-cassés
- 2 carottes blanches (ou oranges)
- 1 bouquet garnis
- 1 pointe de curcuma
- graines
- crème végétale
- sel, poivre
- noix de muscade

Environ 4 heures avant la réalisation de la soupe, faire tremper les pois cassés dans de l'eau.

Laver les verts de poireaux et les émincer très finement.

Laver les carottes et les couper en tronçons.

Rincer les pois-cassés et égoutter. Mettre tous les légumes dans une casserole et couvrir d'eau bouillante.

Ajouter le bouquet garnis et laisser mijoter sous couvert à feu moyen pendant 40 min.

Retirer le bouquet et mixer la soupe.

Ajouter le curcuma, de la noix de muscade (selon convenance), du sel, poivre.

Servir avec de la crème végétale et saupoudrer de graines.

Tagliatelles de poireaux et crumble de pois chiche

- 350 g de pois chiches cuits
- 2 gousses d'ail frais
- 2 càs d'huile d'olive
- Fleur de sel au goût
- 1 à 2 càs de curry au goût
- 8 càs de noisettes décortiquées
- Sauce aux poireaux et curry
- 4 blancs de poireaux
- 2 càs d'huile d'olive
- 2 gousses d'ail frais
- 2 petits oignons verts
- Fleur de sel et poivre au goût
- 1 à 2 càs de curry au goût
- 150 à 200 ml de crème végétale
- Fécule de maïs si nécessaire
- 500 g de pâtes au choix

Instructions

- Préchauffer le four à 200°C.
- Mélanger les pois chiches cuits avec l'ail frais, l'huile d'olive, un peu de fleur de sel et le curry.
- Enfourner sur une plaque couverte d'un papier sulfurisé pendant 12 minutes. Ajouter ensuite les noisettes et cuire à nouveau pendant 5 minutes.
- Laisser refroidir avant de mixer les pois chiches et les noisettes rôties. Réserver.
- Laver et émincer finement les blancs de poireaux.
- Dans un faitout chaud, faire suer l'ail frais haché et les oignons finement ciselés dans l'huile d'olive. Ajouter les blancs de poireaux et les laisser fondre pendant 20 à 30 minutes sur feu moyen. Saler et poivrer au goût. Et saupoudrer de curry.
- Verser la crème et laisser cuire pendant 5 minutes tout en mélangeant. Ajouter un peu de fécule de maïs si la crème n'est pas suffisamment épaisse.
- Cuire les tagliatelle selon les indications du paquet.
- Mélanger les pâtes et la sauce aux poireaux.
- Servir bien chaud en parsemant du crumble de pois chiches.
- Verser la crème de fromage frais sur les gnocchi et déguster aussitôt.

LE PANIER DES JARDINS DU BREIL

Le panier bio, local et solidaire du pays de Rennes

Année 2018 — Semaine 12

Légumes	Unité	P. U.	cons.	Panier DUO		Panier FAMILLE	
				Q	Montant	Q	Montant
poireau	kg	2.70 €	II	1	2.70 €	1	2.70 €
celer	kg	2.40 €	II	0	0.00 €	0.5	1.20 €
pomme de terre Rosabelle	kg	1.70 €	III	0.6	1.02 €	0	0.00 €
mâche	kg	12.50 €	I	0.15	1.88 €	0.2	2.50 €
betterave cuite	kg	4.00 €	I	0	0.00 €	0.4	1.60 €
chou cabus	kg	2.40 €	II	0.5	1.20 €	1	2.40 €
oignon	kg	2.60 €	III	0	0.00 €	0	0.00 €
carotte*	kg	2.50 €	II	0.8	2.00 €	0.8	2.00 €
radis	botte	1.30 €	I	0	0.00 €	1	1.30 €
					8.80 €		13.70 €

Provenance des carottes :

SARL PODER (29) certifiée Agriculture Biologique

Conservation I: courte (1-3 j.) II: moyenne (3-7 j.) III: longue (+7 j.)



Pour annuler un panier

Avant le lundi 10h

- un e-mail : paniers@jardinsdubreil.fr

Rappel à tous les adhérents: pas de panier la semaine 19 (8 et 10 mai étant fériés)



Tél. 02 99 54 52 71

site web : www.jardinsdubreil.fr

Mail : paniers@jardinsdubreil.fr

facebook.com/jardinsdubreil

twitter.com/JardinsduBreil

comiteadherentsjdb.wordpress.com



Bar le Mange Disque: c'est parti!

le « Mange-Disque », situé Rue Vasselot est dorénavant un lieu accueillant les paniers. Il sera possible d'y retirer son panier chaque jeudi! Info à faire tourner. Adhésion au bar ou en ligne

Samossas pomme de terre poireau et sirop d'érable

Pour 2 personnes :

- le vert de 3 poireaux
- 100g de pois-cassés
- 2 carottes blanches (ou oranges)
- 1 bouquet garnis
- 1 pointe de curcuma
- graines
- crème végétale
- sel, poivre
- noix de muscade

Environ 4 heures avant la réalisation de la soupe, faire tremper les pois cassés dans de l'eau.

Laver les verts de poireaux et les émincer très finement.

Laver les carottes et les couper en tronçons.

Rincer les pois-cassés et égoutter. Mettre tous les légumes dans une casserole et couvrir d'eau bouillante.

Ajouter le bouquet garnis et laisser mijoter sous couvert à feu moyen pendant 40 min.

Retirer le bouquet et mixer la soupe.

Ajouter le curcuma, de la noix de muscade (selon convenance), du sel, poivre.

Servir avec de la crème végétale et saupoudrer de graines.

Tagliatelles de poireaux et crumble de pois chiche

- 350 g de pois chiches cuits
- 2 gousses d'ail frais
- 2 càs d'huile d'olive
- Fleur de sel au goût
- 1 à 2 càs de curry au goût
- 8 càs de noisettes décortiquées
- Sauce aux poireaux et curry
- 4 blancs de poireaux
- 2 càs d'huile d'olive
- 2 gousses d'ail frais
- 2 petits oignons verts
- Fleur de sel et poivre au goût
- 1 à 2 càs de curry au goût
- 150 à 200 ml de crème végétale
- Fécule de maïs si nécessaire
- 500 g de pâtes au choix

Instructions

- Préchauffer le four à 200°C.
 - Mélanger les pois chiches cuits avec l'ail frais, l'huile d'olive, un peu de fleur de sel et le curry.
 - Enfourner sur une plaque couverte d'un papier sulfurisé pendant 12 minutes. Ajouter ensuite les noisettes et cuire à nouveau pendant 5 minutes.
 - Laisser refroidir avant de mixer les pois chiches et les noisettes rôties. Réserver.
 - Laver et émincer finement les blancs de poireaux.
 - Dans un faitout chaud, faire suer l'ail frais haché et les oignons finement ciselés dans l'huile d'olive. Ajouter les blancs de poireaux et les laisser fondre pendant 20 à 30 minutes sur feu moyen. Saler et poivrer au goût. Et saupoudrer de curry.
 - Verser la crème et laisser cuire pendant 5 minutes tout en mélangeant. Ajouter un peu de fécule de maïs si la crème n'est pas suffisamment épaisse.
 - Cuire les tagliatelle selon les indications du paquet.
 - Mélanger les pâtes et la sauce aux poireaux.
 - Servir bien chaud en parsemant du crumble de pois chiches.
- Verser la crème de fromage frais sur les gnocchi et déguster aussitôt.

LE PANIER DES JARDINS DU BREIL

Le panier bio, local et solidaire du pays de Rennes

Année 2018 — Semaine 12

Légumes	Unité	P. U.	cons.	Panier DUO		Panier FAMILLE	
				Q	Montant	Q	Montant
poireau	kg	2.70 €	II	1	2.70 €	1	2.70 €
celer	kg	2.40 €	II	0	0.00 €	0.5	1.20 €
pomme de terre Rosabelle	kg	1.70 €	III	0.6	1.02 €	0	0.00 €
mâche	kg	12.50 €	I	0.15	1.88 €	0.2	2.50 €
betterave cuite	kg	4.00 €	I	0	0.00 €	0.4	1.60 €
chou cabus	kg	2.40 €	II	0.5	1.20 €	1	2.40 €
oignon	kg	2.60 €	III	0	0.00 €	0	0.00 €
carotte*	kg	2.50 €	II	0.8	2.00 €	0.8	2.00 €
radis	botte	1.30 €	I	0	0.00 €	1	1.30 €
					8.80 €		13.70 €

Provenance des carottes :

SARL PODER (29) certifiée Agriculture Biologique

Conservation I: courte (1-3 j.) II: moyenne (3-7 j.) III: longue (+7 j.)



Pour annuler un panier

Avant le lundi 10h

- un e-mail : paniers@jardinsdubreil.fr

Rappel à tous les adhérents: pas de panier la semaine 19 (8 et 10 mai étant fériés)



Tél. 02 99 54 52 71

site web : www.jardinsdubreil.fr

Mail : paniers@jardinsdubreil.fr

facebook.com/jardinsdubreil

twitter.com/JardinsduBreil

comiteadherentsjdb.wordpress.com



Bar le Mange Disque: c'est parti!

le « Mange-Disque », situé
Rue Vasselot est dorénavant
un lieu accueillant les paniers. Il sera possible d'y
retirer son panier chaque jeudi! Info à faire tourner.
Adhésion au bar ou en ligne